

按照下面给出的步骤，正确使用Gregory中——大型尺寸的背包。

详情请登陆我们网站：www.gregorypacks.com/fit

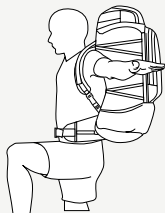
1. 测量您的躯干长度，并选择合适的背负尺码
2. 根据量得的躯干长度，按照上部或底部的位置调整肩带长度
3. 背包可载重7-9kg（15-20磅）
4. 背上背包，收紧肩带收紧带，耸肩，然后收紧腰带。腰带上沿到髋骨的上部应为2.5cm
5. 放松。抬起腿直至大腿与身体成90度角。腰带下沿应该与大腿上端平行
6. 确保肩部负重带保持放松状态。在负重带的底端，应留有2英寸的调整余地。此外，并且确保肩带与腋窝平行
7. 将肩带上的负重带略微收紧

均匀分布背包重量

通过这些微调，可使您减轻旅途疲劳。最佳状态是：背包的重量落在髋骨上，而不是你的肩膀上。

如何将负重转移到髋骨上：

1. 放松肩带
2. 收紧肩带负重带，直到肩带与肩膀顶端出现空隙。
3. 再次收紧肩带



5个可选档位，可以方便地调节腰带角度

CFS腰带可使您快速、方便地找到与您身体匹配的正确髋关节角度。使用前请参考下列简单步骤：

- » 首先确保肩带尺寸合适
- » 然后，找到适合您腰部尺寸的大小合适的腰带
- » 通过腰带口套入硬塑腰带支架完成腰带安装
- » 将大约7-9kg的重物装入背包
- » 背上背包，首先挎上肩带。调整肩带直至髋骨上部与腰带保持水平。

» 耸肩，然后系紧腰带。收缩腹部，系紧腰带，以略紧为宜。这样可确保腰带覆盖髋骨。

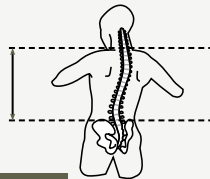
- » 调节腰带背面的快速调节扣，同时腰带应自动调整适合您的髋关节角度
- » 放松快速调节扣，腰带将锁住，提供最大限度的舒适和负荷转移
- » 保证您的腿可以抬起与身体成90度角，并检查身体与腰带上下端是否受力均匀
- » 确认两端设置相同。如有必要，可将背包卸下，手动调节

背负尺码

测量躯干长度

使用皮尺或Gregory特制的Fit-0-Matic 量背器 测量从C7（颈椎突出点）到髋骨最高点连线的长度。重复2-3次，以便获得比较准确的数据。如果测量结果在两个尺码之间，一般选择较小号

| 躯干测量结果 | 背负尺码 |
|-----------------------|------|
| 14" - 16" * /35-39 CM | XS |
| 16" - 18" * /40-44 CM | S |
| 18" - 20" * /45-49 CM | M |
| 20" - 22" * /50-54 CM | L |



肩带位置

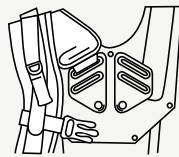
选择恰当的肩带

正常情况下，使用与身长同号的肩带

一定要确保：

背上背包，放松负重调节带，调节肩带弯曲角度使它平行于腋窝。

| XS | SM | MD | LG | 背负尺码 |
|-----------|-----------|-----------|-----------|------------------------------|
| 15"/38 CM | 17"/43 CM | 19"/48 CM | 21"/53 CM | TORSO LENGTH/ TOP SLOT |
| 14"/36 CM | 16"/41 CM | 18"/46 CM | 20"/51 CM | TORSO LENGTH/ BOTTOM SLOT |



Auto-Cant™

腰带尺寸

选择合适的腰带

每款背包中设置了4个腰带尺码。腰带两端应当留出15厘米左右的空间。

| 腰部测量尺寸 | 腰带尺码 |
|--------------------------|------|
| 22" - 28" * /55-71 CM | S |
| 28" - 34" * /71-86 CM | M |
| 34" and up /86 cm and up | L |

正确的负重调节带的角度

| | |
|--------|---|
| 45° | Denali Pro 105, Makalu Pro 70, Petit Dru 85, Whitney 95, Palisade 80, Deva 85 |
| 25° | Baltoro 70, Deva 70, Deva 60, Triconi 60 |
| 10-15° | Alpinisto, Z65, Z55, Z45, Z35-R, Jade 60, Jade 50, Jade 40, Serrac 45, Tarne 36, Serrac 35, Torre 33, Inyo 45, Inyo 35, Cirque 30 Targhee |
| 0° | Z35, Z30, Z25, Z22, Z20, Jade 35, Jade 30, Jade 25, Jade 20, Drift |